

<<健康生活完全指南>>

图书基本信息

书名：<<健康生活完全指南>>

13位ISBN编号：9787807403289

10位ISBN编号：7807403284

出版时间：2008-8

出版时间：上海文化出版社

作者：尹学兵 主编

页数：170

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<健康生活完全指南>>

内容概要

每一个人，不论健康与否，平日都应努力缩小和医生间的信息沟壑，而非疾病来临时，将所有的责任尽数交给医生，这看似轻松的行为实质上是一种懒惰，是以弱势自居，放弃了自己该承担的责任。

最好的医生是和病人一起作战的，最好的病人是和医生一起努力的。

最好的病人会运用自己能控制的力量，去发现、主宰自身可以左右的那部分，有些视角可能是医生不会关注也永远触及不到的。

病人改变不了医生，但可以改变自己，为此迈出的第一步，是走向健康的一步，起点，可以从阅读市书开始。

<<健康生活完全指南>>

作者简介

项蕾红，医学博士、教授、博士生导师。

复旦大学附属华山医院皮肤科副主任。

2001年至2002年赴香港大学Queen Mary医院皮肤科进修，2005年赴美国哈佛医学院皮肤科临床进修。

目前主要从事细胞培养和色素障碍性疾病的发病机制及临床治疗的研究工作。

研究方向：色素障碍

书籍目录

认识指南 什么是青春痘 “痤疮”一词的来源 青春痘的发病情况 青春痘的好发部位 脸部的痘痘为什么特别多 哪些人容易患上青春痘 刚出生的宝宝也会生痘痘 成人也会惹上青春痘 青春期后为何还发“青春痘” 传统中医对青春痘的认识 青春痘的主要临床表现 男女青春痘有何不同 青春痘分为哪些类型 痤疮的分级标准 常见的痤疮有哪些 痤疮样发疹有哪些 油性皮肤的人为何容易生痘痘 为什么夏天皮肤会显得特别油腻 干性皮肤者也会生痘痘 女性月经前期为什么容易长痘 青春痘会不治而愈吗 痤疮会遗传吗 心理压力大会导致痤疮发作 关于痤疮患者的生活质量调查 如何判断青春痘的严重程度 痘痘疤痕是怎么回事 面部水、油、pH值与痤疮的关系 为什么会出现“化妆品痤疮” 别忽视“挑剔者痤疮” 何谓职业性青春痘 物理性因素也可引发痘痘 青春痘对患者的影响主要表现在哪些方面 春季是青春痘高发季节预防指南 青春期少女如何防痘痘 白领如何远离青春痘 男士如何远离青春痘 春季如何预防青春痘 夏季如何预防青春痘病症指南检验指南治疗指南生活指南饮食指南药膳指南运动指南护理指南

章节摘录

青春痘是怎样形成的青春痘究竟是怎么形成的呢?这要从我们的皮肤组织结构谈起：1．皮肤多油在皮肤的真皮层中有一种腺体称为皮脂腺。

全身皮肤除手掌足底外均有分布。

但以头面、前胸、后背的密度最大。

皮脂腺的功能就是分泌皮脂（即我们通常所说的皮肤表面的油）以达到润泽皮肤的目的。

皮脂腺本身并不直接开口于皮肤表面，而是借皮脂腺导管通过毛囊在皮肤的开口将皮脂排出去。

毛囊与皮脂腺之间是互通的!其关系宛如一根藤上的两个瓜。

皮脂腺的分泌活动受性激素（主要是雄激素）调控。

青春发育期开始随年龄的递增。

皮脂腺的分泌逐渐增多，18～25岁为顶峰时期（一般35岁后慢慢减弱，但有些人可以持续更长的时间）。

皮肤的主要表现是多油。

多油是造成痤疮的重要因素。

2．导管堵塞皮脂在排出的过程中导管不通畅，这既可能是先天性的导管堵塞，也可能是由于雄激素的作用，使管壁增生和管壁上皮细胞脱落过多。

好比本来比较狭窄的河道由于护坡的滑落而形成了淤塞。

皮脂淤滞在毛囊的开口处，从而形成粉刺。

<<健康生活完全指南>>

编辑推荐

《青春痘》由上海文化出版社出版。

<<健康生活完全指南>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>